



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com](http://lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

KIRMIZI DOMATES DOLMASI

Kırmızı domateslerin sap taraflarından birer kapak açınız. Bir tarafına ilişik bırakıp içlerini boşaltınız. Dört beş soğan çentiniz, 1,5 kaşık sadeyağ ile öldürünüz, üstüne yağlıca kıyma koyunuz, pembeleşinceye dek kuvvetli ateşte kavurunuz, kıyılmış maydanoz, birkaç yaprak kereviz, tuz, biber, baharat, kuş üzümü, dolmalık fıstık ve uygun miktarda pirinç karıştırınız, bir iki defa çevirip indiriniz. Domatesleri doldurup kapaklarını bastırınız, tencereye sıralayarak, üzerine yeteri kadar etsuyu gezdiriniz, kapayıp orta ateşte pişiriniz.